

УДК 37.033

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МОЛОДЕЖИ

Бибикова Н.В.

ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», Ульяновск, Россия (432700, Российская Федерация, г. Ульяновск, пл. 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, д. 4), e-mail: nv95@rambler.ru

Статья посвящена проблеме формирования социально-экологической культуры молодежи. Автором раскрыта сущность таких понятий, как «социально-экологическая культура», «социально-экологическое образование» и «духовность». Новизна исследования заключается в том, что арт-терапия является одним из эффективных средств формирования социально-экологической культуры, помогает устанавливать и гармонизировать отношения между личностью и окружающей средой. Автор статьи раскрывает сущностные аспекты арт-терапии в контексте формирования социально-экологической культуры. В статье отражены результаты исследования на базе Областного детского экологического центра г. Ульяновска, где проводились арт-терапевтические тренинги. В данной статье приведен ряд арт-терапевтических упражнений на основе использования визуальных природных образов.

Ключевые слова: социально-экологическая культура, социально-экологическое образование, духовность, арт-терапия.

ART-THERAPY AS A WAY OF FORMING OF YOUNG PEOPLE'S SOCIOECOLOGICAL CULTURE

Bibikova N.V.

FSEI HPE «Ulyanovsk State Pedagogical University named after I. N. Ulyanova», Ulyanovsk, Russia (191023, the Russian Federation, Ulyanovsk, Sq. of 100year from the day of birth of V.I. Lenina, 4), e-mail: nv95@rambler.ru

The article is about forming of socioecological culture of young people. The author explains the meanings of such terms as "socioecological culture", "socioecological education" and "immateriality". The originality of this research is that the art-therapy is one of the most effective way to form the socioecological culture, it helps to found a contact between a person and his environment. The author develops all the aspects of the art-therapy a context of forming socioecological culture. The article shows the the results of the reseach, with had been held on the base of Ulyanovsk Ecological children centre. There are a few exercises for art-therapy created with the help of using visible natural visions.

Keywords: socioecological culture, socioecological education, immateriality, art-therapy.

Глобальные изменения в социокультурном пространстве затрагивают все аспекты жизнедеятельности человека. Экономическое развитие общества и социальная модель социально-экологической культуры привели к противоречивому характеру взаимоотношений общества и природы. В качестве основных причин кризиса экологической ситуации выступают социальные воздействия на окружающую природную среду: быстрый темп преобразования российского общества, переоценка ценностей, критика и непринятие новых идей, технологий. Человек, постигая законы природы, не способен изменить эти законы или подчинить их социальным закономерностям. Поэтому необходимо формирование у молодежи ценностной системы взглядов на мир и место человека в нем.

Актуальность формирования социально-экологической культуры усиливается противоречивыми тенденциями. Разрешение данных противоречий обусловлено

необходимостью сохранения благоприятных условий среды жизни человечества, здоровья каждого человека, потенциала природы и общества для дальнейшего устойчивого социального развития. Особую роль в преодолении этих противоречий призвана сыграть молодежь. Эффективность решения возникающих социально-экологических проблем определяется степенью подготовленности молодежи, усвоенным ею позитивным опытом взаимодействия с природой.

По мнению В.М. Захарова, проблеме связи общего социально-экологического образования с экологической культурой посвящено немало психолого-педагогических исследований. Экологическое образование рассматривается как процесс и средство формирования индивидуальной экологической культуры, а экологическая культура — как результат экологического образования. Однако есть и другой аспект взаимосвязи образования и культуры: культура как источник, средство, пространство развития экологического образования.

Современные ученые рассматривают социально-экологическое образование:

- как процесс приобщения индивида к культурному опыту человечества по взаимодействию с окружающей средой (миром природы, урбанизированной, искусственной и социальной средой);
- как средство социализации и инкультурации личности, формирования ее индивидуальной социально-экологической культуры, результатом которого является становление и развитие субъекта экологически ориентированной деятельности, приумножающей экологическую культуру цивилизации [2].

Социально-экологическая культура отражает отношения общества с окружающей средой в ходе взаимодействия с ней по поводу использования природных и культурных богатств, социальных условий. Социально-экологическую культуру характеризует системный комплекс нормированных способов, средств и форм социальной интеграции, ее равновесного функционирования; социальной адаптации в условиях ухудшающейся естественной среды и расширения культурного пространства; восстановления и возобновления природного потенциала, подготовки людей к оптимальному взаимодействию с окружающей средой, дальнейшего прогресса социально-экологических отношений.

Социально-экологическая культура личности выступает интегральным показателем усвоения ею системы социально-экологических знаний, умений, опыта творческого и эмоционально-ценностного отношения к природной среде. Социально-экологическая культура проявляется в четырех аспектах: как форма взаимодействия общества с окружающей природой, как свойство личности, как разноуровневое образование и как показатель отношения личности к природному окружению [8].

Социально-экологическая культура во всем многообразии своих возможностей способствует гармонизации личности; восстановлению социального, межэтнического равновесия в обществе; мобилизационному сплочению общества, развитию творчества; формированию нового поколения духовно богатых и высоконравственных личностей.

Одним из основополагающих факторов формирования социально-экологической культуры является духовно-нравственное преображение общества и личности. По мнению С.А. Садыковой, духовность выступает как интегративный показатель развития личности. Она самоценна и не может быть заменена другими, близкими по значению качествами. Духовность, включая в свое содержание душевность, обозначает индивидуальную выраженность в системе мотивов личности двух фундаментальных потребностей: идеальной потребности познания и социальной потребности жить и действовать для других, обращая человека к нравственности, «совести, свободе нравственного выбора и ответственности перед самим собой за этот выбор» [1].

Понимание духовности лежит в основе гуманистической психологии и психотерапии. Арт-терапия является мощным инструментом в развитии человеческого потенциала, следовательно, может быть использована как средство формирования социально-экологической культуры. Приоритетная цель арт-терапии в формировании социально-экологической культуры состоит в гармонизации развития личности через развитие. Творчество помогает переосмыслить систему ценностей, развивает способности творческого самовыражения и самопознания социальных отношений общества и природы, позволяет сохранять интерес к окружающей среде.

Термином «арт-терапия» обозначают как совокупность видов искусства, используемых при психокоррекции, так и собственно метод или комплекс методик. Арт-терапия как метод предполагает использование тех или иных приемов, направленных на обучение человека видению в своей изобразительной продукции некоего смысла и осознание ее связей с содержанием своего внутреннего мира и опыта, а также на развитие способности к ведению «внутреннего диалога», к интроспекции и рефлексии.

Эволюция понятия «арт-терапия» отражает процессы обособления трех самостоятельных направлений: медицинского, социального, педагогического, и объединяет названные направления применение художественной творческой деятельности в качестве лечебного, отвлекающего или гармонизирующего фактора [4]. Мы придерживаемся мнения В.В. Ляшенко, который считает арт-терапию средством, практикой творческой деятельности и отношения к себе, которая помогает человеку обратить внимание на свой внутренний мир и через это найти путь к преодолению своих трудностей [5].

Арт-терапия существует не ради создания эстетически красивых произведений, она помогает человеку понять самого себя, активизирует его жизненные силы, обогащает его внутренний духовный мир, оптимизирует личностный потенциал. Именно арт-терапия, как одно из средств формирования социально-экологической культуры, помогает устанавливать и гармонизировать отношения между личностью и окружающей средой. Исцеление души, самопознание и самопринятие, мобилизация жизненных ресурсов, - все это ведет к гармонии в системе социально-экологических отношений.

Арт-терапия - один из самых «экологичных» методов, поскольку она основана на практике слышания себя, внимания к себе, возможности идти за своими чувствами, желаниями, побуждениями. Арт-терапевтические занятия способствуют освобождению от внутреннего напряжения, катарсическому очищению и являются мощным средством воздействия на эмоциональную сферу личности и ее ценностные ориентации. Поэтому арт-терапию можно считать способом путешествия по своему внутреннему миру, миру своей субъективной реальности - миру своей души.

Рассмотрим преимущества использования арт-терапевтических техник в формировании социально-экологической культуры:

- практически каждый человек может участвовать в арт-терапевтической работе, которая не требует от него каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;
- арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний; изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей;
- продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для оценки состояния, проведения соответствующих исследований;
- арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека;
- арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию;
- арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации – раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждении им своего индивидуального, неповторимого способа бытия в мире [6].

Исследование по формированию социально-экологической культуры проходило на базе Областного детского экологического центра г. Ульяновска. Основопологающая цель работы данного учреждения - развитие мотивации личности к познанию и творчеству, удовлетворение социальных и личностно значимых потребностей средствами дополнительных образовательных программ и услуг. На базе экологического центра была организована «Школа природолюбия», ориентированная на экологическое образование молодежи.

Для решения задачи формирования социально-экологической культуры молодежи был проведен арт-терапевтический тренинг. Данный тренинг направлен на решение следующих задач:

- коррекция, формирование и развитие социально-экологических установок личности;
- коррекция целей взаимодействия личности с природными объектами;
- оптимизация личностных ресурсов и гармонизация социальных отношений;
- расширение индивидуального социально-экологического пространства.

Арт-терапевтический тренинг включал в себя диагностику посредством анализа и переоценки жизненного опыта, изменения отношения к социальному окружению и к собственной личности в процессе группового творческого взаимодействия.

Приведем ряд арт-терапевтических упражнений, способствующих формированию социально-экологической культуры.

Упражнение «Природа в моей жизни»

Цель: развитие самоанализа, осознания своего отношения к природе.

Каждому участнику предлагается выполнить коллаж на тему «Природа в моей жизни». После того как участники выполняют задание, им предлагается рассказать группе о своем опыте общения с природой, о своих мыслях по этому поводу.

Упражнение «Прекрасный сад»

Цель: развитие групповой сплоченности, сотрудничества, осознания группы как целого.

С участниками проводится рефлексивная беседа. «Если бы ты был растением, то каким? Какие бы у тебя были листья? С зазубринами или гладкие? Были ли бы у тебя шипы? А цветы? Какого цвета?»

После этого участники изображают себя в виде какого-нибудь растения, реального или выдуманного. По желанию они рассказывают о своем рисунке (лучше всего - в парах). Затем они их вырезают и размещают на большом листе бумаги, формируя один красивый сад (можно добавить границы и т. д.) [3].

Упражнение «Рисуем деревья»

Цель: развитие чувства причастности к коллективу, доброжелательных взаимоотношений, сочувствия, сопереживания. Сочетание изобразительного творчества и музыки побуждает к самораскрытию, исследованию эмоционального состояния, переживаний, личных проблем.

Поиск образа посредством движений под музыку. Звучит медленная, мелодичная музыкальная композиция (без слов). Закройте глаза и постарайтесь увидеть лес. Представьте себя в образе дерева. Найдите ему место среди других деревьев. Далее предлагается выбрать в пространстве аудитории подходящее место, где «дереву» удобно качать ветвями, расти вверх и даже танцевать. Покажите движениями, танцем, как оно себя чувствует. Одинокое дерево открыто всем ветрам. Летом его нещадно жарит солнце, зимой остужает мороз. Даже зверю трудно спрятаться под одиноким деревом. То ли дело, когда рядом есть добрые и надежные друзья. Подойдите друг к другу так близко, как вам этого хочется. Пусть ваши деревья образуют несколько рощиц. Бережно соприкоснитесь пальчиками - листочками.

У психолога есть возможность обратить внимание на эффект социометрического выбора. Попробуем все вместе создать образ очень сильного, могучего дерева. Встаньте рядом друг с другом в круг. Какой огромный, надежный ствол!

Индивидуальная работа. Каждому участнику предлагается на листе бумаги с помощью любых изобразительных средств нарисовать представленные образы одного или нескольких деревьев и возникшие ассоциации, а также придумать рисунку название и историю, которую «дерево» хотело бы рассказать от первого лица.

Этап вербализации. Участники занимают стулья, кладут на пол внутри круга свои работы так, чтобы всем было удобно рассмотреть детали. Затем каждый рассказывает о своем рисунке. Степень открытости зависит от самого «художника».

Чтобы прояснить детали рисунка или рассказа, психолог и другие участники групповой работы могут дополнительно задавать корректные косвенные вопросы. Где твоему дереву хотелось бы расти: на опушке или среди других деревьев? Есть ли у него друзья и враги? Боится ли чего-нибудь это дерево? Грозят ли ему какие-либо опасности? [4]

Упражнение «Полянка»

Цель: гармонизация межличностных отношений, полное самовыражение личности посредством творчества.

Все участники группы садятся в круг, по очереди представляют себя на полянке в лесу в виде любого объекта и сообщают об этом другим участникам. Так происходит до тех пор, пока все участники группы не остановятся на каком-то одном персонаже. После этого все члены группы встают и начинают изображать своих персонажей. В заключение начинается обсуждение этого упражнения.

Таким образом, использование визуальных природных образов в арт-терапевтических упражнениях позволяет не только получить психотерапевтический эффект, но и способствует формированию социально-ценностного отношения к природе, развитию духовности, бережного отношения к окружающей среде. Арт-терапия оказывает положительное воздействие на психосоциальную структуру личности: корректирует межличностные отношения, повышает уровень самоактуализированных характеристик, формирует систему ценностей, воспитывает духовно-нравственное отношение к обществу и природе, а следовательно, может способствовать формированию социально-экологической культуры.

Статья поддержана исследовательским грантом РГНФ (проект № 14-16-73006а).

Список литературы

1. Гринёва Е.А. К вопросу о сущности понятий «духовность», «нравственность», «духовно-нравственный потенциал» / Е.А. Гринева, Л.Х. Давлетшина // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 1.
2. Гринёва Е.А. Формирование экологической культуры младших школьников : учебно-методическое пособие / Е.А. Гринева, Л.Х. Давлетшина. – М. : МПГУ, 2012. - 110 с.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб. : Речь, 2014. - 160 с.
4. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. - СПб. : Речь, 2003. - 256 с.
5. Ляшенко В.В. Арт-терапия как практика самопознания: присутственная арт-терапия. - М. : Психотерапия, 2014. - 160 с.
6. Практикум по арт-терапии / под ред. А.И. Копытина. - СПб. : Питер, 2001. - 448 с.
7. Формирование экологической культуры и развитие молодежного движения / под. ред. В.М. Захарова. — М. : Акрополь, Центр экологической политики и культуры, Центр экологической политики России, 2008. — 340 с.
8. Шилова В.С. Социально-экологическая культура: сущность и особенности // Социальные наукоемкие технологии. – 2009. - № 3. - С. 86-87.

Рецензенты:

Макаров Д.В., доктор культурологии, профессор кафедры философии ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», г.Ульяновск.

Железнякова О.М., д.п.н., профессор кафедры педагогики ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», г. Ульяновск.